

PROMOSI KESEHATAN TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DENGAN MEDIA WEBSITE

1. Mokhamad Dafid Andianto, Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Strada Indonesia, Email : andiantodafid@gmail.com
2. Byba Melda Suhita, Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Strada Indonesia, Email : bybamelda@yahoo.co.id
3. Ajeng Setya Ningrum, Puskesmas Mayangan, Jogoroto, Jombang
Korespondensi : andiantodafid@gmail.com

ABSTRAK

Anemia defisiensi besi merupakan masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri akibat kurangnya asupan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, serta rendahnya kesadaran akan pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Penyuluhan kesehatan menjadi langkah preventif yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri terhadap pencegahan anemia. Adapun tujuan dari promosi kesehatan ini adalah untuk mengevaluasi efektivitas penggunaan media website dalam meningkatkan pemahaman remaja putri di Desa Tambar Jogoroto Jombang tentang pencegahan anemia. Metode yang digunakan adalah penyuluhan berbasis website melalui sesi tatap muka dan akses mandiri terhadap konten edukasi di dalam website. Dapat diketahui bahwa sebagian besar Pengetahuan Responden dalam kategori Baik yaitu sebanyak 31 responden (70,5%). Setelah di lakukan promosi kesehatan dengan media website. Hal ini menunjukkan bahwa website dapat menjadi media edukasi yang efektif karena menyediakan informasi yang dapat diakses kapan saja dalam format yang menarik dan mudah dipahami. Oleh karena itu, media digital seperti website diharapkan dapat menjadi solusi inovatif dalam edukasi kesehatan

Kata Kunci : Anemia, Remaja Putri, Penyuluhan Kesehatan, Media Website

1. PENDAHULUAN

Anemia defisiensi besi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang dihadapi oleh remaja putri, terutama di Indonesia. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2022), prevalensi anemia pada remaja putri masih tergolong tinggi, yang berakibat pada gangguan konsentrasi belajar, kelelahan, serta dampak jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi (WHO, 2021). Faktor utama penyebab anemia meliputi kurangnya asupan zat besi dalam makanan, kebiasaan mengonsumsi makanan yang menghambat penyerapan zat besi seperti teh dan kopi, serta kurangnya kesadaran akan pentingnya suplementasi zat besi (Lestari et al., 2020).

Salah satu tantangan utama dalam mengatasi anemia pada remaja putri adalah keterbatasan akses terhadap informasi yang akurat dan mudah dipahami. Banyak remaja yang masih belum mengetahui cara pencegahan anemia dan pentingnya pola makan sehat (Putri & Sari, 2021). Desa Tambar Jogoroto Jombang sebagai salah satu wilayah dengan jumlah remaja putri yang cukup tinggi memiliki kebutuhan akan edukasi kesehatan yang lebih baik. Namun, metode penyuluhan konvensional seperti ceramah langsung sering kali kurang efektif dalam menjangkau dan menarik minat remaja (Susanti et al., 2022).

Untuk mengatasi tantangan tersebut, media digital seperti website dapat menjadi solusi inovatif dalam penyuluhan kesehatan. Website dapat diakses kapan saja dan di mana saja, serta memungkinkan penyampaian informasi dalam berbagai format yang menarik, seperti artikel, video edukasi, dan infografis (Nasution & Wahyuni, 2021). Berdasarkan kajian pustaka, berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media digital dalam edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat secara lebih efektif dibandingkan metode konvensional (Rahmawati et al., 2022).

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri di Desa Tambar Jogoroto Jombang mengenai pencegahan anemia melalui media website. Dengan adanya media ini, diharapkan remaja putri dapat mengakses informasi kesehatan secara lebih mudah dan menerapkan pola hidup sehat untuk mencegah anemia.

2. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tambar, Kecamatan Jogoroto, Kabupaten Jombang. Sasaran pada kegiatan pengabdian ini meliputi Remaja Putri Desa Tambar, Kecamatan Jogoroto, Kabupaten Jombang berdasarkan kesediaan untuk berpartisipasi dalam promosi kesehatan dalam pencegahan anemia dengan media website. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan mengadakan sesi penyuluhan yang terdiri dari dua metode : pertama, penyampaian materi melalui pertemuan tatap muka dengan remaja putri untuk mengenalkan website dan menjelaskan cara penggunaannya; kedua, pemantauan dan evaluasi mandiri melalui akses website secara berkala. Sebelum penyuluhan dilakukan, peserta diberikan pre-test untuk mengukur pemahaman awal mereka tentang anemia. Setelah mengikuti penyuluhan dan diberikan waktu untuk mengakses website, dilakukan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman mereka. Setelah implementasi, dilakukan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, serta survei kepuasan pengguna terhadap efektivitas website sebagai media edukasi. Hasil pre-test dan post-test kemudian dianalisis secara statistik untuk menilai signifikansi perubahan pemahaman peserta sebelum dan sesudah penyuluhan.

3. HASIL KEGIATAN

Berdasarkan hasil Promosi Kesehatan yang dilakukan di Desa Tambar Kecamatan Jogoroto, Kabupaten Jombang didapatkan hasil sebagai berikut :

- a. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan usia
Tabel 1. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	13 – 15 tahun	18	40,9
2	16 – 18 tahun	26	59,1
Jumlah		44	100,0

Sumber : Data pengabdian kepada masyarakat, 2024

Berdasarkan Tabel.1 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden usia 16 – 18 tahun yaitu sebanyak 26 responden (59,1%).

- b. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan Intervensi

Tabel 2. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan Intervensi

No	<i>Pre test</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	16	36,4
2	Cukup	28	63,6
3	Kurang	0	0,00
Jumlah		44	100,0

Sumber : Data pengabdian kepada masyarakat, 2024

Berdasarkan Tabel.2 dapat dilihat bahwa sebelum diberikan intervensi diketahui bahwa sebagian besar responden dalam kategori cukup yaitu sebanyak 28 responden (63,6%).

- c. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan tingkat pengetahuan setelah diberikan intervensi

Tabel 3. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan tingkat pengetahuan setelah diberikan intervensi

No	<i>Post test</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	31	70,5
2	Cukup	13	29,5
3	Kurang	0	0,00
Jumlah		44	100,0

Sumber : Data pengabdian kepada masyarakat, 2024

Berdasarkan Tabel .3 Dapat dilihat bahwa sebelum diberikan intervensi diketahui bahwa sebagian besar responden dalam kategori Baik yaitu sebanyak 31 responden (70,5%)

- d. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media website terhadap tingkat pengetahuan dalam mencegah anemia pada remaja putri

Tabel 4. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media website terhadap tingkat pengetahuan dalam mencegah anemia pada remaja putri

	Pre-post test
Z	-2.887 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.02

Sumber : Data pengabdian kepada masyarakat, 2024

Berdasarkan uji wilcoxon didapatkan nilai $\alpha = 0,02$ dan nilai $\alpha = 0,05$ berarti $P < \alpha$ maka H_0 ditolak, artinya Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Website Terhadap Tingkat Pengetahuan Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Tambar Jogoroto Jombang

4. PEMBAHASAN

Dari pelaksanaan kegiatan Promosi Kesehatan di Desa Tambar Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang dapat dilihat bahwa sebelum diberikan intervensi diketahui bahwa sebagian besar responden dalam kategori cukup yaitu sebanyak 27 responden (63,6%). Setelah dilakukan promosi kesehatan dengan media website terdapat peningkatan pemahaman yang signifikan pada peserta. Hal ini menunjukkan bahwa website dapat menjadi media yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada remaja putri. Hal ini bisa dilihat pada Tabel.3 Dapat dilihat bahwa sebelum diberikan intervensi diketahui bahwa sebagian besar responden dalam kategori Baik yaitu sebanyak 31 responden (70,5%). Sedangkan Berdasarkan uji wilcoxon didapatkan nilai $\alpha = 0,02$ dan nilai $\alpha = 0,05$ berarti $P < \alpha$ maka H_0 ditolak, artinya Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Website Terhadap Efikasi Diri Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Tambar Jogoroto Jombang.

Pengetahuan merupakan hasil tahu tentang sesuatu hal baik yang lama maupun yang baru dimana dalam upaya tahu ini melibatkan beragam indera yang dimiliki oleh seseorang. Ketika seseorang menggunakan indera yang dimiliki baik secara sengaja maupun tidak disengaja, dan akibat penggunaan indera ini seseorang menjadi tahu mengenai segala sesuatu hal. Namun tingkat tahu yang dimiliki seseorang akan sesuatu hal merupakan tingkatan terendah dalam dimensi kognitif (Darsini et al., 2019)

Selain itu, umpan balik dari peserta menunjukkan bahwa penggunaan media digital seperti website lebih efektif dibandingkan metode konvensional seperti ceramah langsung. Mayoritas peserta merasa lebih nyaman mengakses informasi melalui media digital karena dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja. Mereka juga menyatakan bahwa penggunaan gambar, video edukasi, serta kuis interaktif dalam website sangat membantu dalam memahami materi yang disampaikan

5. KESIMPULAN

Hasil Penyuluhan menunjukkan bahwa sebelum mengikuti penyuluhan, sebagian besar peserta memiliki pemahaman yang rendah mengenai penyebab, gejala, dan cara pencegahan anemia. Setelah diberikan penyuluhan melalui website, terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan. Media website terbukti memberikan kemudahan akses informasi, interaktif, serta menarik perhatian remaja putri dalam memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi dan suplementasi zat besi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan website sebagai media penyuluhan kesehatan sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai pencegahan anemia. Oleh karena itu, pengembangan dan optimalisasi website sebagai sarana edukasi kesehatan perlu terus dilakukan untuk menjangkau lebih banyak sasaran dan meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat secara luas

6. SARAN

Sebagai saran, tenaga kesehatan diharapkan dapat terus mengembangkan dan mengoptimalkan penggunaan media digital dalam edukasi kesehatan, terutama untuk kelompok sasaran yang lebih akrab dengan teknologi. Pengembangan fitur tambahan seperti forum diskusi, konsultasi online, serta penyajian konten multimedia yang lebih menarik dapat meningkatkan efektivitas penyuluhan. Selain itu, penelitian lanjutan dapat dilakukan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari penggunaan media digital dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat secara lebih luas. Penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan anemia dengan media website di wilayah kerja Puskesmas Mayangan Jogoroto Jombang terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri. Oleh karena itu, disarankan agar tenaga kesehatan terus

mengembangkan metode edukasi berbasis digital untuk meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat, khususnya di kalangan remaja

7. DAFTAR PUSTAKA

- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Handayani, T., & Nugroho, A. (2020). Efektivitas Website sebagai Media Penyuluhan Kesehatan. *Jurnal Informatika Kesehatan*, 7(3), 78-89.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Laporan Riskesdas: Prevalensi Anemia di Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Laporan kesehatan nasional: Prevalensi anemia pada remaja putri. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, T., dkk. (2020). Pengaruh pemberian jus jambu biji merah dan jeruk terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia: A literature review. *Menara Medika*, 2(2), 101–105.
- Nasution, R., & Wahyuni, S. (2021). Penggunaan media digital dalam edukasi kesehatan masyarakat. *Jurnal Teknologi Informasi dan Kesehatan*, 5(2), 45-60.
- Putri, A. R., & Wahyuni, S. (2019). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perubahan Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 112-120.
- Putri, A., & Sari, M. (2021). Pentingnya pola makan sehat dalam mencegah anemia pada remaja. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 9(1), 12-20.
- Rahmawati, D., dkk. (2022). Efektivitas media digital dalam penyuluhan kesehatan: Studi literatur. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 4(3), 78-90.
- Sari, D. P., & Lestari, W. (2021). Media Digital sebagai Alternatif Penyuluhan Kesehatan untuk Remaja. *Jurnal Teknologi Informasi dan Kesehatan*, 9(1), 45-55.
- Suhardjo, H. (2018). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Susanti, R., dkk. (2022). Efektivitas metode penyuluhan kesehatan di daerah pedesaan. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 34-50.
- WHO. (2021). *Global anemia report: Prevalence and prevention strategies*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2020). *Iron Deficiency Anaemia: Assessment, Prevention and Control*. Geneva: WHO